

Tunesische Garnelen-Spaghetti

Für 2 Portionen

150 g getrock. Spaghetti 8 Riesengarnelen mit Schale 2 TL Rosen-Harissa
15 g Petersilie 1 Zitrone

Kochen Sie die Nudeln in einem Topf mit kochendem Salzwasser gemäß den Anweisungen auf der Packung. In der Zwischenzeit die Garnelen schälen, die Köpfe entfernen, entdarmen und die Schwänze dran lassen.

Die Garnelen mit der Harissa vermengen und kurz marinieren lassen. Legen Sie die Garnelenköpfe in eine große Bratpfanne bei mittlerer Hitze mit 1 Esslöffel Olivenöl und braten Sie sie rundum goldbraun, wobei Sie sie regelmäßig umrühren und vorsichtig zerdrücken, um einen erstaunlichen Geschmack zu erzielen.

Die obere Blatthälfte der Petersilie grob hacken und reservieren, dann die Stiele fein in Scheiben schneiden und mit einer Prise Meersalz und schwarzem Pfeffer in die Pfanne geben. 1 Minute braten, dann die marinierten Garnelen dazugeben und auf jeder Seite 1 Minute braten.

Mit einer Zange die Nudeln in die Pfanne ziehen, die Hälfte des Zitronensaftes hineinpressen, die Petersilienblätter hineinwerfen, dann zusammenwerfen und bei Bedarf mit einem Schuss stärkehaltigem Kochwasser lösen.

Die knusprigen Garnelenköpfe herausnehmen und wegwerfen und die restliche Zitronenhälfte zum Auspressen in Spalten schneiden.

Jamie Oliver am 19. Juni 2026